

Années 1 et 2**Karma Yoga et Bhakti Yoga**

La *Bhagavad Gītā* et les *Yogas Pratiques* de Vivekananda

Le Rāja yoga avec le *Yoga Sūtra* de Patañjali : les *kleśa*, les huit membres ...

La découverte des différents outils pour expérimenter (*āsana* comme application des textes, *prāṇāyāma*, *yoga nidra*, ou toute autre forme d'expression adaptée à la personnalité de chacun.

Découverte des ateliers de l'Université de l'Homme : sanskrit, yoga du chant, anatomie et posture, yoga nidra, toucher subtil, yoga de la lecture

Dates 2024-2025

week-ends	8-9/02/25
28-29/09/24	15-16/03/25
19-20/10/24	5-6/04/25
16-17/11/24	10-11/05/25
18-19/01/25	7-8/06/25

semaine d'été :
7-12/07/25

Années 3 et 4**Année 3 : De l'étude à l'expérience, la voie de la recherche**

Le Rāja yoga avec le *Yoga Sūtra* de Patañjali et les *Yogas pratiques* de Vivekananda
Le Jñāna yoga dans la *Bhagavad Gītā* et le *Jñāna Yoga* de Vivekânanda

Le corps subtil : *kuṇḍalinī*, *cakra*, *prāṇāyāma*...

Explorer et vivre la pratique

Étude d'une *upaniṣad* : la *Kaṭha upaniṣad*

Année 4 : De l'expérience à la transmission

Explorer et vivre la pratique dans une synthèse des quatre yogas.

Mettre cette expérience en pratique dans la rédaction d'un mémoire.

Étude d'une *upaniṣad* : la *Śvetāśvatara upaniṣad* (ou un autre texte).

Approfondissement des ateliers de l'Université de l'Homme. Vous choisirez des matières qui deviendront vos spécialités : sanskrit, yoga du chant, anatomie et posture, yoga nidra, toucher subtil, astrologie, ayurveda...

Tarifs par week-end et de la semaine

	Pension complète		
	Soutien	Base	Jeune (18-25)
WE	160€	140€	100€
SEM	560€	490€	350€

Vous souhaitez plus d'information, vous entretenir avec Swami Atmarupananda ou l'un des guides, envoyez-nous un mail et nous vous contacterons rapidement pour échanger et se rencontrer : contact@centre-vedantique.fr

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

64, bd Victor Hugo, 77220 Gretz-Armainvilliers
Tél. 01 64 07 03 11 - contact@centre-vedantique.fr
www.centre-vedantique.fr



Institut de Recherche et de Pratique de Yoga Védique

Cursus
2024-25



« L'athée n'est pas celui qui ne croit pas en Dieu
- c'est celui qui ne croit pas en lui-même, en la
splendeur de sa propre âme. »

Swami Vivekânanda

« Nous devons apprendre que la différence fait
vivre la pensée »

Swami Vivekânanda



Le cursus de l'Institut de Recherche et de Pratique de Yoga Vedique

Pourquoi s'engager dans l'Institut ?

Faire l'Institut, c'est s'offrir quatre ans pour se transformer par l'étude, par la découverte et l'expérimentation de son propre Yoga, dans le but de développer son Être. C'est aussi apprendre ce qu'est se mettre au service en prenant une part active à la vie du centre. Ces quatre années sont bâties comme un cursus d'université pour devenir autonome avec soi-même, apprendre à transmettre et servir la société. Quatre années de progression conçues en éventail.

C'est pourquoi l'IRPYV n'est pas une école.

Pas de place aux écoliers, place au chercheur, à l'individu, à l'Être qui sera capable de partager cette transformation et d'en faire bénéficier la société.

Le programme : un éventail qui se révèle

Apprendre l'action désintéressée, découvrir « *le secret du travail* » comme le dit Swami Vivekânanda, dépasser sa petite personne en se mettant au service, c'est l'étude et la pratique du **Karma Yoga**.

S'habituer à emprunter la voie du cœur pour développer la confiance en soi et devenir un individu plein, entier et libre. Vous vous immergerez dans le **Bhakti Yoga**.

L'esprit ne peut s'élever ni se libérer sans la mise en place d'un état stable de concentration, c'est la voie du **Raja Yoga**, car sans maîtrise psycho-physiologique pas d'accès à la connaissance. Pour cela, vous affinerez *viveka*, le sens du discernement.

Enfin, le **Jñāna Yoga** vous plongera encore plus à l'intérieur, à la recherche de l'Unité, en mettant à jour vos fondations, éliminant les sources d'illusion et trouvant le point de stabilité.

Ouverture de l'éventail

Années 1 et 2 : Fondements du Vedānta.

Les quatre yogas offrent une approche complète pour explorer les enseignements profonds du Vedānta. Sur le chemin spirituel, l'objectif de la vie est de réaliser l'unité à travers l'action désintéressée, la dévotion ou la connaissance. Pendant ces deux premières années, vous progresserez vers la compréhension de la nature ultime de la Réalité et du Soi.

Vous avez le choix de vous arrêter à la fin de ces deux années, ou d'approfondir concrètement la recherche en allant au bout des quatre ans.

Déploiement complet de l'éventail

Années 3 et 4 : Recherche – Expérience – Transmission

Les deux dernières années vous permettront d'entrer pleinement dans la recherche de manière autonome. Vous expérimenterez les concepts du Vedānta, vous préparant ainsi à partager votre expérience et à apporter une contribution significative à la société. Cela sera rendu possible grâce au déroulement progressif de ces quatre années.

Vous approfondirez le service (*seva*) en participant à la vie du centre, cela prendra tout son sens sur le chemin de la recherche entreprise à l'Institut. Vous appliquerez l'action désintéressée (*karma yoga*) sur le terrain ce qui vous permettra de faire l'expérience des enseignements reçus avec le guide. En vous concentrant sur le service et en abandonnant l'attachement aux résultats, l'esprit sera purifié des désirs égoïstes et des pensées négatives. La patience, l'humilité, la réduction de l'égo, le travail dans un objectif commun, vous permettront de ressentir un fort sentiment d'unité et de solidarité. Chaque action faite avec amour et détachement peut devenir un acte sacré.

« ... Si je connais une parcelle d'une motte d'argile, je connaîtrai l'ensemble de sa nature, sa naissance, sa croissance, son déclin et sa fin. Entre la partie et le tout, il n'est de différence que dans le temps. Le cycle s'accomplit plus ou moins rapidement »
Swami Vivekânanda

Une révolution accompagnée

Pendant ces quatre années, sous la direction de Swami Atmarupananda, directeur spirituel, un guide vous accompagnera dans cette révolution intérieure. La relation de confiance prendra toute sa place, une relation de partage pour se transformer en toute sécurité, pour trouver son propre yoga et l'incarner totalement.

Travail de fin d'année

Années 1, 2 et 3 : Au cours des trois premières années, les étudiants seront amenés à rédiger un travail de recherche autour d'un thème libre et construit avec le guide.

4ème année : Le travail de recherche de la quatrième année est dédié à la rédaction d'un mémoire. Ce projet final est l'occasion pour le chercheur de synthétiser les compétences et les connaissances acquises au cours des trois premières années. À travers la réalisation de ce mémoire, les chercheurs témoignent de leur transformation personnelle et de leur capacité à mener une recherche approfondie, originale.

Nombre de week-ends et semaine d'été

Année 1 et 2

- 9 week-ends dans l'année
- 1 semaine d'été
- 2 jours de karma yoga consécutifs par an

Année 3 et 4

- 9 week-ends dans l'année
- 1 semaine d'été
- 1 week-end de spécialité par an
- 2 jours de karma yoga consécutifs par an

Certificat de fin de cursus

À l'issue de la quatrième année, un certificat est délivré aux étudiants ayant satisfait aux exigences du programme. Ce certificat atteste non seulement des compétences acquises, mais aussi de la transformation personnelle et de la capacité à transmettre ce qui a été reçu.

